

## THỰC ĐƠN BÁN TRÚ HỌC SINH TRƯỜNG TH VIỆT HƯNG THÁNG 09-2022

HỌC SINH	Định lượng TP (gam)		QUÀ CHIỀU	Ghi chú
	Sống	Chín		
2 26/09/2022 1. Thịt lợn sốt chua ngọt 2. Trứng rán hành 3. Su su, cà rốt xào 4. Canh mồng tơi nấu tôm 5. Cơm gạo dẻo	52g 0.8 quả 70g 50g + tôm khô	32-37g 35-40g 35-40 250-300g	1. Bánh mì cốm sữa Công ty Hữu Nghị (1 Cái)	
3 27/09/2022 1. Thịt gà tấm bột chiên 2. Giò lụa rim 3. Cải ngọt xào 4. Canh chua nấu thịt 5. Cơm gạo dẻo	50g 32g 70g 30g + 3g thịt	32-37g 27-32g 35-40 250-300g	1. Sữa chua uống Công ty sữa Ba Vì (1 Hộp)	
4 28/09/2022 1. Cá Basa tấm bột chiên 2. Thịt lợn kho củ cải 3. Bắp cải, cà rốt xào 4. Canh bí xanh nấu xương 5. Cơm gạo dẻo	50g 30g + 30g rau củ 70g 70g + 10g xương	32-37g 35-40g 35-40 250-300g	1. Chuối HVS 2. Bánh gạo cuc cu Công ty Tràng An (1 Cái)	
5 29/09/2022 1. Thịt luộc tấm Maggi 2. Đậu sốt cà chua 3. Rau muống xào tỏi 4. Nước canh rau muống nấu chua 5. Cơm gạo dẻo	52g 70g 70g 18g	32-37g 40-45g 35-40 250-300g	1. Sữa Kun Công ty sữa Quốc Tế (1 Hộp)	
6 30/09/2022 Bún mọc 1. Bún 2. Thịt viên mọc 3. Nước dùng thả hành mùi	200g 83g	200-220g 57-62g	1. Bánh trứng sữa mềm Công ty Tràng An (1 Cái)	

Các món rau xào, rau canh có thể thay đổi theo mùa hoặc do điều kiện thời tiết khách quan. Khuyến cáo không nên kết hợp món ăn không có lợi cho sức khỏe: cá và sữa, trứng và sữa,

Thực đơn gửi ngày: 14/09/2022

Người lập

Đại diện phòng kỹ thuật chế biến món ăn

Bếp trưởng

Hà Nội, Ngày.....Tháng.....năm 2022

Đại diện nhà trường

Ngô Thị Toán

Đỗ Văn Hòa

HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Thị Bích

